

健康セミナー10/14
テレビ体操 長野さん迎え
NPO法人ヤングカレッジ



入場無料、先着20
0名。申し込みは10月
5日(金)までに事務局へ
Eメールでも受付中。
youngcollege2005@re
dion.ne.jp NPO法
人ヤングカレッジ事務
局 ☎ 347・1310

NPO法人ヤングカ
レッジは、NHKテレ
ビ体操でお馴染みの長
野信一さん(写真)を
迎え「健康セミナー」
楽しく働くために「
(静岡市主催委託事業)
を10月14日(日)14時から
清水区役所3階ふれあ
いホールで開催します
運動不足やストレス
過剰から年代を問わず
生活習慣病などが心配
されるなか「毎日を明
るく健康的に生きる秘
訣、簡単な体操など楽
しく参加できる講座で
す」とヤングカレッジ
事務局の桑添玲子さん